ساده ترین دستورالعمل برای اعمال امّ داوود

فهرست اعمال امّ داوود، بر اساس فرموده حضرت صادق علیه السلام اینچنین است:

۱)در سه روز ایّام البیض یعنی سه روز سیزدهم، چهاردهم و پانزدهم ماه رجب روزه بگیر.

۲)در روز پانزدهم، هنگام ظهر غسل کن.

۳)در هنگام ظهر ۸ رکعت نماز نافله ظهر بخوان.

۴)نماز ظهر را بخوان.

۵)بعد از نماز ظهر، دو رکعت نماز بخوان،

۶)بعد از آن دو رکعت نماز، ۱۰۰ بار بگو: « يَا قَاضِيَ حَوَائِجِ الطَّالِبِينَ!»

۷)سپس ۸ رکعت نماز نافله عصر بخوان.

۸)نماز عصر را بخوان.

۹)نمازهایت را با لباس پاک بخوان، و سعی کن در جای خلوتی باشی که کسی بر تو وارد نشود و با تو صحبت نکند.

۱۰)رو به قبله بنشین،

۱۱)سوره حمد را ۱۰۰ بار، سوره توحید را ۱۰۰ بار، آیةالکرسی را ۱۰ بار بخوان. سپس سوره های انعام، بنی اسرائیل(یعنی سوره إسراء)، کهف، لقمان، یس، صافّات، حم سجده، حم عسق، حم دخان، فتح، واقعه، مُلک، ن و القلم، انشقاق(اذاالسماء انشقّت) و تمام سوره های بعد از آن را تا آخر قرآن قرائت کن.

توجّه: آخرین بند از اعمال امّ داوود در روایات مختلف به سه شیوه دیگر نیز بیان شده است که ساده ترین آن بدین گونه است که به جای همه سوره ها، فقط ۱۰۰ بار سوره توحید خوانده شود. مرحوم سید بن طاووس در «اقبال الاعمال» می نویسد: این مورد شاید برای کسانی باشد که مشکلی داشته، یا مسافر بوده، و یا مشغول کارهای مهم دیگری هستند.(بحارالأنوار،ج۹۸،ص۳۹۹-۴۰۰ به نقل از اقبال الاعمال)

۱۲)در حالی که رو به قبله نشسته ای، دعای امّ داوود که در «مفاتیح الجنان» آمده است بخوان.

۱۳)سپس سجده کن و دو طرف صورت خود را بر زمین بگذار، و بگو:

«اللَّهُمَّ لَکَ سَجَدْتُ وَ بِکَ آمَنْتُ، فَارْحَمْ ذُلِّي وَ فَاقَتِي وَ اجْتِهَادِي وَ تَضَرُّعِي وَ مَسْكَنَتِي وَ فَقْرِي إِلَيْکَ يَا رَبِّ!»

۱۴)بکوش که از چشمانت اشک بریزد، هرچند به اندازه سر مگس باشد، زیرا این اشک، نشانه اجابت است.

حضرت صادق علیه السلام فرمود: کسی که این دعا را می خواند، از دعایش فارغ نمی شود مگر آنکه خداوند او را می آمرزد.

(اقبال الاعمال، ص۱۶۲-۱۶۸/ بحارالأنوار، ج۹۸، ص۳۹۸-۴۰۴ به نقل از اقبال الاعمال)